

Handlungsempfehlungen Sportbetrieb TSV Nauborn

Stand 23.11.2021

- ▶ **Der Sportbetrieb wird unter nachstehenden Handlungsempfehlungen ermöglicht. Die Übungsleiter sind verpflichtet, die Umsetzung der Handlungsempfehlungen zu gewährleisten**

1. Wer darf trainieren

Es können nur Personen das Training aufnehmen, welche die folgenden Bedingungen erfüllen:

- Geimpfte: Nachweis über einen vollständigen Impfschutz (Impfpass). Je nach Impfstoff bedarf es ein oder zwei Impfungen für einen vollständigen Impfschutz. Seit der letzten erforderlichen Impfung müssen mindestens 14 Tage vergangen sein.
- Genesene: Nachweis über einen positiven PCR-Test (oder anderen Nukleinsäurenachweis), der mind. 28 Tage und max. 6 Monate zurückliegt.
- Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion vorweisen
- Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.
- In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.
- Im Indoor-Bereich gilt die 2G Regelung. Nur Geimpfte oder Genesene können teilnehmen.
- Kinder, die jünger sind als sechs Jahre oder noch nicht eingeschult, brauchen keinen Negativnachweis. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren und Personen, die sich aus medizinischen Gründen nicht impfen lassen können, (ärztliches Attest nötig), können auch ohne Impfung am 2G Angebot teilnehmen, wenn Sie einen aktuellen negativen Testnachweis bzw. das Schultestheft vorlegen.
- Zuschauer sind im Trainings- und Wettkampfbetrieb zulässig, wenn die oben genannte Regelungen sowie die Abstandsregelungen eingehalten werden.

Die Teilnehmeranzahl (Zuschauer / Sportler) kann durch den Übungsleiter nach eigenem Ermessen begrenzt und organisiert werden. Bspw. beim Kinderturnen gilt:

- Nur ein Elternteil
 - Eltern mit Maske
 - Keine Geschwisterkinder
- ▶ **Die Teilnahme ist durch den Übungsleiter mit dem jeweiligen Status in der Anwesenheitsliste zu dokumentieren.**

2. Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.

- Gründliches Händewaschen vor und nach dem Training
- Bei Verwendung von Turnmatten bringen die Teilnehmenden ein Handtuch mit, welches sie über die Matte legen können oder wenn möglich sollten sie ihre eigene Matte mitbringen.
- Auf die Nutzung von Kleingeräten sollte verzichtet werden und nur mit dem eigenen Körpergewicht trainiert werden. Andernfalls sind vereinseigene Sportgeräte zu desinfizieren! Hygienemittel (Geräte- und Händedesinfektion) wird bereitgestellt.
- Wir empfehlen zusätzlich, dass jeder Trainer/ Athlet ein eigenes Händedesinfektionsmittel mit sich führt.
- Die Sanitärräume sollen immer nur von einer Person zur selben Zeit benutzt werden
- Die Duschen im Vereinsheim sowie Sporthallen können genutzt werden. In den Sporthallen gelten die jeweiligen Regelungen des Sporthallenbetreibers (siehe Aushang). Im Vereinsheim ist eine max. Anzahl von 3 Personen möglich. Die Duschen sind nach der Nutzung zu reinigen und zu lüften.

3. Distanzregeln einhalten

- Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft ventiliert wird, sind 2,00 - 4,00 m Abstand zu allen anderen Personen empfohlen.
- Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.
- Bei Gruppenwechsel genügend Zeit einplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen. Im Indoor-Betrieb wenn möglich getrennte Ein- und Ausgänge nutzen.

4. Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- Sport und Bewegung sollten sofern möglich kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.
- Korrekturen zur Übungsausführung durch Trainer*innen erfolgt möglichst nur mündlich

5. Indoor

- Die Regeln unter Punkt 1 sind zu befolgen, ohne einen Negativnachweis kann am Sportbetrieb nicht teilgenommen werden.
- Die Sportstätte ist mit Maske zu betreten und zu verlassen. Während der Sportausübung kann die Maske abgelegt werden. **Dies gilt ausdrücklich NICHT für den Elternteil im Eltern-Kind Turnen. Der Elternteil behält die Maske an!**
- Bei Gruppenwechsel ist genügend Zeit zur Lüftung einzuplanen (10 Minuten vor Beginn der Nutzung und 10 Minuten nach der Nutzung). Die letzte Nutzungsgruppe jeden Tages hat darauf zu achten, dass alle Fenster und Türen wieder richtig verschlossen sind. Für die Lüftung verantwortlich sind die Nutzer.

- Der Sportbetrieb ist innerhalb einer Nutzungsgruppe ohne Abstandsregel und ohne Kontaktfreiheit erlaubt. Zur Vermeidung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion sollte auch im Sportbetrieb ein Abstand von mindestens 1,5 Metern, besser 3 Meter eingehalten werden.
- Für alle Personen mit Ausnahme der Sportler während der Sportausübung gilt die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung
- Die Ausgabe und Verzehr von Speisen und alkoholischen Getränken ist nicht erlaubt.

6. Gastrobetrieb und Vereinsheim

Der Gastrobetrieb im Vereinsheim ist unter Auflagen möglich. Entsprechende Aushänge sind im Vereinsheim ausgelegt. Kaltgetränke können zusätzlich aus dem Kühlschrank in der Garage am Vereinsheim entnommen werden.

Eine Neubewertung der Situation und ggf. Anpassung der Handlungsempfehlung erfolgt laufend durch das Vorstandsteam, im Rahmen der monatlich stattfindenden Vorstandssitzungen.

Sportliche Grüße und bleibt gesund!

Euer Vorstandsteam des TSV Nauborn